シニア向け在宅サービス

大人の自由時間

ご利用マニュアル

目次

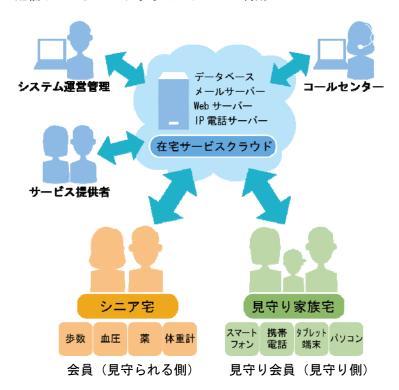
1. はじめに

このたびは、シニア向け在宅サービス「大人の自由時間」をご利用いただき、まことにありがとうございます。
サービスご利用の前に、各製品に付属している取扱説明書の「免責事項」および「安全上の注意」を必ずお読みいただき、正しく安全にお使いください。また、「シニア向け在宅サービスおよび機器購入申込書」に記載の注意事項、利用規約もあわせてお読みください。

1 「大人の自由時間」とは

シニア向け在宅サービス「大人の自由時間」は、シニアの方が日々の生活をいきいきと過ごせるようにサポートを行うサービスです。
サービスのご利用にあたっては、使用する機器に付属の説明書をよくお読みください。

概要

「大人の自由時間」では、次のことができます。
・血圧記録や体重記録、歩数記録、薬の時間チェックなど、健康生活のサポート
・ご家族や友人とのメール、見守り側からの安否確認など、コミュニケーションのサポート
・その他、ニュース配信やレンタルビデオなどのサービス利用

本書の読み方

・画面に表示されている選択項目やボタン名は［　］で囲んでいます。
・本書で使用している画面は一例です。お使いのレグザタブレットにより、実際の画面と異なる場合があります。

著作権・商標について

・「大人の自由時間」は、東芝ソリューション株式会社の登録商標です。
・「REGZA」「レグザ」「REGZA Tablet」は、株式会社東芝の商標または登録商標です。
・Gmail は、Google Inc. の商標または登録商標です。
・Twitter™の名称およびそのロゴ、Twitter™の「T」ロゴ、Twitter™の青い鳥は、米国およびその他の国における Twitter, Inc. の商標です。
・その他、本書に掲載の商品の名称やロゴは、それぞれ各社が商標および登録商標として使用している場合があります。

ご注意

次のことをご了承ください。

・本書の内容については予告なしに変更することがあります。
・本書の内容については万全を期しておりますが、万一不可解な点や誤り、お気づきの点がございましたら、巻末に記載の「ヘルスケアサービス受付窓口」までご一報くださいますようお願いいたします。
・本サービスを運用した結果による影響については、上記 2 項にかかわらず責任を負いかねます。
・サイトの画面表示や仕様は、改良のため予告無く変更することがあります。

2 ご利用の準備

ご使用の前に、各製品に付属している取扱説明書の「免責事項」および「安全上の注意」を必ずお読みいただき、正しく安全にお使いください。

機器・付属品の確認

ご使用の前に、次の梱包物が入っているか確認してください。
保証書・付属品は、大切に保管してください。

REGZA Tablet
（レグザタブレット）

付属品

USB ケーブル	個宅訪問作業チェックシート
USB-AC アダプター	大人の自由時間ご利用ガイド
取扱説明書類	ソフトウェア使用許諾契約書
作業完了証明書	第三者が規定する使用許諾条件
設定情報通知書	

メモ
・「作業完了証明書」「個別訪問作業チェックシート」は、訪問設定にお伺いするサービスマンにお渡しください。

同時購入機器・付属品の確認

「大人の自由時間」をお申し込み時に、血圧計や体組成計を購入いただいた場合は、それぞれの梱包物を確認してください。
保証書・付属品は、大切に保管してください。

血圧計

血圧計（推奨品）
A&D 社製 UA-851PBT-C

付属品

カフ
単三アルカリ乾電池　4 本
取扱説明書　1 式
添付文書
スタートアップガイド

体組成計

体組成計（推奨品）
A&D 社製 UC-411PBT-C

補助脚（体組成計用）
（推奨品）

付属品
単三アルカリ乾電池　4 本
取扱説明書　1 式
スタートアップガイド

レグザタブレットの基本操作

・通常は電源を切らず、電源ケーブル（付属の USB-AC アダプターと USB ケーブル）を接続したままでご利用ください。
・電源を切っていないのに画面が暗くなっている場合は、電源ボタンを押してください。

電源の入れ方

① レグザタブレット左上の電源ボタン「⏻」を長押しする（約 3 秒間）

② 「🔒」マークに触れ、右方向へなぞる

③ 「」を選択する

しばらくするとメニュー画面が表示されます。

会員（見守られる側）メニュー画面

見守り会員（見守り側）メニュー画面

電源の切り方

メモ	・通常は電源を切らず、電源ケーブル（付属の USB-AC アダプターと USB ケーブル）を接続したままでご利用ください。

❶ レグザタブレット左上の電源ボタン「⏻」を長押しする（約 3 秒間）

メニューが表示されます。

❷ ［電源を切る］を選択する

確認メッセージが表示されます。

❸ ［OK］を選択する

しばらくすると、電源が切れます。

音量調整の仕方

ここではレグザタブレットのハードウェアから音量調整する方法を説明します。
サービス画面から行う調整については、「２．画面の見方」をご覧ください。

❶ 本体左側面の「＋」または「－」ボタンを押す

ボリューム調整バーが表示されます。

❷ バーをなぞって、好みの音量に調整する

メモ	・手順 ❶ の「＋」「－」ボタンを押して調整することもできます。

2. 画面の見方

レグザタブレットの画面の見方について説明します。

1 メニュー画面の表示方法

メモ	・レグザタブレットは、通常は電源を切らず、電源ケーブル（付属の USB-AC アダプター USB ケーブル）を接続したままでご利用ください。 電源が切れている状態からメニュー画面を表示する方法は、P.7 をご覧ください。

スリープモードからの表示

長時間使用しないでいると、スリープモードになり画面が非表示の状態になります。
スリープモードからの復帰は、次の操作を行います。

① レグザタブレット左上の電源ボタン「⏻」を押す

② 「🔒」マークに触れ、右方向へなぞる

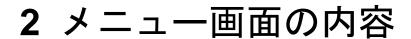
スリープモードになる前の状態が、メニュー画面の場合、メニュー画面が表示されます。

他の画面からメニュー画面に戻る

各機能の画面の右上に、メニュー画面に戻る［メニューへ］ボタンがあります。

❶［メニューへ］を選択する

メニュー画面に戻ります。

メモ	・［戻る］を選択すると、1 つ前に表示していた画面に戻ります。

2 メニュー画面の内容

メニュー画面には、会員の体調や服用状況の登録・確認をする「基本機能」と、映画やニュースなどを提供する「サービス」が表示されます。
会員用と見守り会員用で、画面の内容が異なります。

会員（見守られる側）メニュー画面

① 利用者名

現在の利用者ニックネームが表示されます。

メモ	・会員（見守られる側）が使用するレグザタブレットでは、利用者切替はできません。

② 基本機能

本サービスの基本機能にアクセスするためのグループです。
現在、レグザタブレットに登録されている会員の情報が表示されます。

ボタン名	機能
電話	着信があった場合「着信あり」と表示されます。 選択すると、ＴＶ電話機能の画面が表示されます。
メール	未読のメールがあると、件数が表示されます。 選択すると、メール機能の画面が表示されます。
お出かけ	選択するごとに「お出かけ中にする」と「在宅中にする」と、表示が切り替わります。 「在宅中にする」が表示されているとき（お出かけ中の状態）は、他の機能のボタンは選択できなくなります。また、薬の時間などのお知らせ画面が表示されなくなります。

ボタン名	機能
薬の時間	次の服用予定時間が表示されます。 選択すると、薬の服用履歴の閲覧と編集の画面が表示されます。
血圧	最新の血圧測定値が表示されます。 選択すると、血圧記録の閲覧と編集の画面が表示されます。
歩数	最新の歩数測定値が表示されます。 選択すると、歩数記録の閲覧と編集の画面が表示されます。
体重	最新の体重測定値が表示されます。 選択すると、体重記録の閲覧と編集の画面が表示されます。
設定	選択すると、「会員用サイト」のログイン画面が表示されます。 アドレス帳の編集やメール宛先設定などをする場合に使用します。

③ サービス

映画やネットショッピングなどのサービスメニューにアクセスするためのグループです。
提供されているサービスメニューのボタンを選択すると、各サービスのメイン画面が表示されます。

メモ	・サービスは順次提供を開始する予定です。 サービス開始に伴い、画面のイメージは変更される場合があります。

見守り会員（見守り側）メニュー画面

① 利用者名（見守り会員）

現在の利用者ニックネームが表示されます。

② 見守り対象者名（会員）

現在の見守り対象者ニックネームが表示されます。複数の見守り対象者がいる場合、［対象者切替］を選択すると、見守り対象者を切り替えることができます。

③ 基本機能

本サービスの基本機能にアクセスするためのグループです。

ボタン名	機能
電話	見守り会員の電話に着信があった場合「着信あり」と表示されます。 選択すると、ＴＶ電話機能の画面が表示されます。
メール	見守り会員のメールに未読のメールがあると、件数が表示されます。 選択すると、メール機能の画面が表示されます。
お出かけ	②に表示されている見守り対象者のお出かけ／在宅状態を切り替えます。 見守り対象者が自分のレグザタブレットでお出かけ／在宅状態を切り替えた場合、見守り会員のお出かけボタン表示も切り替わります（画面の表示内容は、なんらかの操作をすると更新されます）。 「在宅中にする」が表示されているとき（見守り対象者がお出かけ中の状態）でも、すべてのボタンを使用できます。
薬の時間	②に表示されている見守り対象者の、次の服用予定時間が表示されます。 選択すると、薬の服用履歴の閲覧と編集の画面が表示されます。
血圧	②に表示されている見守り対象者の、最新の血圧測定値が表示されます。 選択すると、血圧記録の閲覧と編集の画面が表示されます。
歩数	②に表示されている見守り対象者の、最新の歩数測定値が表示されます。 選択すると、歩数記録の閲覧と編集の画面が表示されます。
体重	②に表示されている見守り対象者の、最新の体重測定値が表示されます。 選択すると、体重記録の閲覧と編集の画面が表示されます。
設定	選択すると、「会員用サイト」のログイン画面が表示されます。 アドレス帳の編集やメール宛先設定などをする場合に使用します。

④ サービス

映画やネットショッピングなどのサービスメニューにアクセスするためのグループです。
提供されているサービスメニューのボタンを選択すると、各サービスのメイン画面が表示されます。

・サービスは順次提供を開始する予定です。
　サービス開始に伴い、画面のイメージは変更される場合があります。

3 お知らせ画面

本サービスの開始時に登録いただいた設定にあわせて、いろいろなお知らせ画面がポップアップ表示されます。
ここでは、お知らせ画面ごとの操作方法を説明します。

メモ	・お知らせ画面は安否の回答や体調の入力など、なんらかの操作を行うまで表示されています。

安否確認

会員のレグザタブレットには、登録している安否確認時間になると、お知らせ画面がポップアップ表示されます。

❶ 現在の状況を選択する
表示される選択肢から、ご自分の状況にあったボタンを選択してください。

❷ ［はい］を選択する

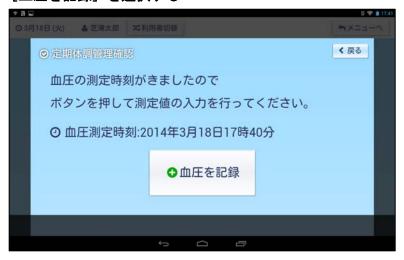
元の画面に戻ります。

血圧測定／体重測定／歩数登録

会員のレグザタブレットには、登録している測定（登録）時間になると、お知らせ画面がポップアップ表示されます。

メモ	・お知らせ画面表示のタイミングに入力・編集作業をしていた場合は、作業完了後にポップアップ表示が行われます。

※画面例は、血圧測定の場合です。

❶［血圧を記録］を選択する

測定（登録）画面が表示されます。
各機能の測定（登録）手順は、それぞれの操作説明ページをご覧ください。
・血圧測定　→P. 33
・体重測定　→P. 39
・歩数登録　→P. 45

・各測定（登録）画面で入力が完了したあと、［戻る］を選択すると、ポップアップ表示直前の画面に戻ります。

薬の時間

会員のレグザタブレットには、登録している服用時間になると、お知らせ画面がポップアップ表示されます。
薬を飲んだら、次の操作をします。

❶ ［飲みましたボタン］を選択する

メモ	・［飲みましたボタン］を選択せず、［戻る］を選択すると、未服用（×）として登録されます。この場合、10 分後に再度お知らせ画面がポップアップ表示されます。

登録確認のメッセージが表示されます。

❷ ［はい］を選択する

元の画面に戻ります。

3. よく使う機能

ここでは主に、メニュー画面の基本機能グループにある機能について説明します。メールや電話などのコミュニケーションツールと、体調管理のための情報登録機能があります。

1 お出かけボタン

会員（見守られる側）が外出時など、サービスの機能を一時的に停止することができます。
お出かけボタンの表示は、サービス利用状態により次のように異なります。

（在宅中の表示）

（お出かけ中の表示）

メモ	・会員（見守られる側）のお出かけ中／在宅中状態は、会員用サイトからも確認できます。

お出かけ中にする

会員（見守られる側）

本サービスの機能を一時的に停止します。

① メニュー画面の［お出かけ中にする］を選択する

画面がお出かけ中状態になります。この状態のとき、本サービスの機能は一時停止され、「基本機能」はお出かけボタン以外は選択できなくなります。

お出かけボタン以外は選択不可

メモ

・お出かけ中状態のときは、各種のお知らせ画面ポップアップ表示は行われません。
お出かけ中に測定・登録・服用時間を過ぎた場合は、あとから情報を登録してください。

・会員（見守られる側）がお出かけ中／在宅中を切り替えると、見守り会員のレグザタブレットのお出かけボタンの表示も、画面表示の更新時に切り替わります。

見守り会員

見守り会員のレグザタブレットでお出かけボタンを選択すると、見守り対象の会員（見守られる側）のレグザタブレットをお出かけ中状態にすることができます。

・見守り会員のレグザタブレットから会員（見守られる側）のレグザタブレットをお出かけ中状態にしても、会員のレグザタブレット表示は変化しません（表示の更新が行われないため）。会員が帰宅後にレグザタブレットを操作した時点で在宅中に戻ったと判断されます。

① メニュー画面の［お出かけ中にする］を選択する

画面がお出かけ中状態になります。

メモ

・見守り会員のレグザタブレットは、お出かけ中状態のときでも本サービスの機能は停止しません。在宅中状態と同様に使用できます。

在宅中にする

会員（見守られる側）

サービスの一時停止を解除します。

① メニュー画面の［在宅中にする］を選択する

画面が在宅中状態になります。停止していた各基本機能サービスが使えるようになります。

見守り会員

会員（見守られる側）のレグザタブレットを在宅中状態にし、サービスの一時停止を解除します。

① メニュー画面の［在宅中にする］を選択する

画面が在宅中状態になります。停止していた会員（見守られる側）の各基本機能サービスが使えるようになります。

2 テレビ電話

メモ	・本サービスのテレビ電話機能は、本サービスをレグザタブレットで使用している相手とのみ使うことができます。 固定電話・携帯電話・スマートフォン等との通話はできません。

電話をかける

❶ メニュー画面から［電話］を選択する

相手先選択画面が表示されます。

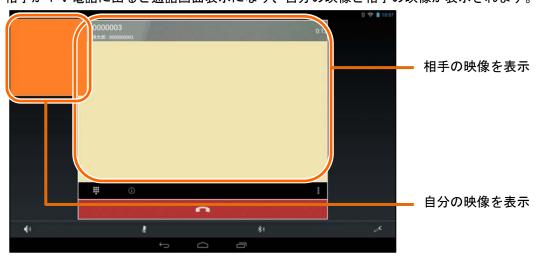
❷ 電話をかける相手を選択する

メモ	・相手先は 3 件まで登録可能です。登録の変更は、会員用サイトから行うことができます。

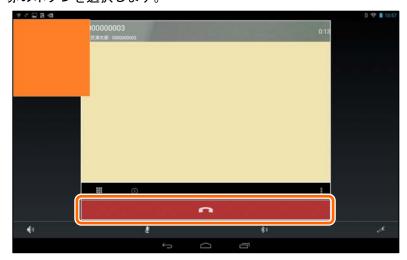
確認画面が表示されます。

❸ ［はい］を選択する

発信します。画面は呼び出し中画面表示になります。

相手がＴＶ電話に出ると通話画面表示になり、自分の映像と相手の映像が表示されます。

メモ	・相手がお話し中の場合、通話は自動的に切れ、相手先選択画面に戻ります。 ・ＴＶ電話画面で表示されるいくつかのアイコンは、本サービスでは使用できません。アイコンを誤って選択してしまったときの対処は、「６．付録」をご覧ください。

❹ 電話を切る

赤のボタンを選択します。

通話を終了し、相手先選択画面に戻ります。
相手が電話を切った場合も、相手先選択画面に戻ります。

電話をとる

テレビ電話がかかってくると、着信を案内する画面が表示されます。

❶ 電話をとる

［応答］（緑）を選択します。

通話画面表示になり、自分の映像と相手の映像が表示されます。

メモ
・電話をとらない場合は、［無視］（赤）を選択すると、電話が切れます。

※通話と電話の切り方は、前ページをご覧ください。
　電話が切れると、元の画面に戻ります。

着信履歴を確認する

相手先選択画面から、着信履歴を確認することができます。

メモ	・相手からの着信があって電話をとらなかったとき、［着信履歴］ボタンは赤色表示になります。ボタンを選択して履歴を確認すると、ボタンは白色に戻ります。

❶ ［着信履歴］を選択する

着信履歴の一覧が表示されます。
この画面から電話をかけなおす場合は、［発信］を選択します。

日付	時刻	内容	相手	
3月11日	10:58	不在	芝浦次郎	発信
2月20日	12:28	着信	芝浦次郎	発信
2月19日	15:18	着信	芝浦次郎	発信
2月17日	17:26	着信	芝浦次郎	発信
2月11日	11:00	着信	芝浦次郎	発信

3 メール

・本サービスからの新規メール送信は、メール宛先に登録している 3 件に対してのみ行えます。メール宛先の登録変更は、会員用サイトから行います。
・受信は登録 3 件以外のどのアドレスからも受けることができます。また、受信メールへの返信は、どのアドレスに対しても行えます。

受信メールを見る

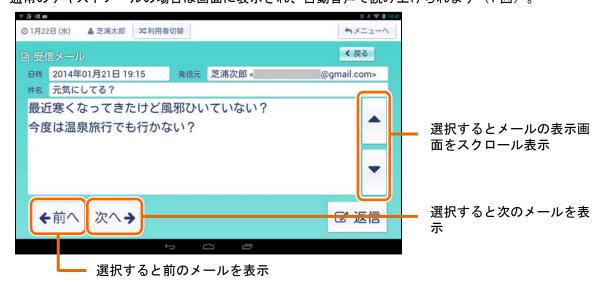
❶ メニュー画面から［メール］を選択する

メール機能選択画面が表示されます。

❷ ［受信箱］を選択する

受信メール画面が表示されます。

③ 受信メールを確認する

手書きメールの場合は画面に画像が表示されます。
通常のテキストメールの場合は画面に表示され、自動音声で読み上げられます（1 回）。

メモ	・表示できる受信メールは、新しい順に 100 件までです。100 件を超えると、古いメールは表示されなくなります。 ・受信メールを自分で削除することはできません。 ・受信メールに添付されたファイルを取り出すことはできません。

受信メールに返信する

受信メールへの返信は、受信メール画面から行います。

① ［返信］を選択する

メール作成画面が表示されます。
※メール作成の詳細は、P. 31 以降をご覧ください。

メールを新規作成する

新規メールの作成は、メール機能選択画面から行います。

❶ ［メール作成］を選択する

相手先選択画面が表示されます。

❷ メールを送る相手を選択する

メール作成画面が表示されます。

③ 画面を指でなぞって、文字や絵を描く

線の色や太さを変えることもできます。

メモ	・入力には、市販の静電容量式スタイラスペンを使うこともできます。

④ ［送信］を選択する

確認画面が表示されます。

⑤ ［はい］を選択する

送信完了画面が表示されます。

❻ ［はい］を選択する

メール機能選択画面に戻ります。

4 血圧記録

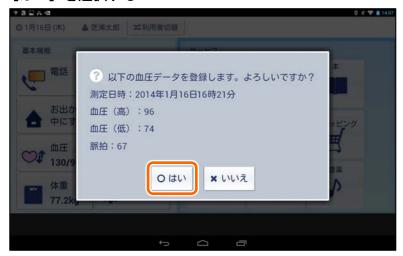
血圧測定値（最高血圧・最低血圧・脈拍）の新規登録は、お使いになられている血圧計により操作が異なります。

血圧記録（推奨品の場合）

本サービス指定のBluetooth搭載血圧計（A&D社製　型式UA-851PBT-C）の場合は以下の手順で行ってください。

1 血圧計の取扱説明書にしたがい、血圧を測定する
レグザタブレットに測定データが送信され、確認画面が表示されます。

メモ	・血圧測定時、血圧計とレグザタブレットが離れていると、データの送信ができない場合があります。

2 ［はい］を選択する

データが登録され、元の画面に戻ります。

メモ	・レグザタブレットにデータが送信されない場合、血圧計とレグザタブレットとのペアリング設定が切れている可能性があります。ペアリング設定については、「６．付録」をご覧ください。

血圧記録（推奨品以外の場合）

本サービス指定の Bluetooth 搭載血圧計（A&D 社製　型式 UA-851PBT-C）以外の場合は以下の手順で行ってください。
また、登録を忘れてあとから入力したい場合もこの手順で行います。

① メニュー画面から［血圧］を選択する

血圧のグラフ画面が表示されます。

② ［血圧入力］を選択する

血圧入力画面が表示されます。

③ 測定値を入力する

入力する項目を選択し、数値を入力します。

❹ ［保存］を選択する

確認メッセージが表示されます。

❺ ［はい］を選択する

測定値が登録され、血圧のグラフ画面に戻ります。

・血圧記録の新規登録は、血圧履歴画面の［新規登録］を選択して行うこともできます。

血圧記録データの閲覧・編集

記録データはグラフと履歴の一覧で閲覧することができます。また、履歴の一覧から過去の記録を編集することもできます。

閲覧

最新登録を含む１週間分の記録データをグラフ表示することができます。
最新登録を含む１か月分の表示に切り替えることもできます。
また、履歴画面で詳しい数値を確認することもできます。

❶ メニュー画面から［血圧］を選択する

血圧のグラフ画面が表示されます。

❷ グラフの内容を確認する

グラフに表示されるのは、その日最後に測定した値です。
一日に複数回測定した場合の数値は、履歴画面で確認します。

③ ［血圧履歴］を選択する

血圧履歴画面が表示されます。

編集

登録済みの記録を編集することができます。
編集は、血圧履歴画面から行います。

① 編集したい測定値の［編集］を選択する

血圧編集画面が表示されます。

❷ **数値を編集する**

編集する項目を選択し、［1文字消す］を選択して古い数値を削除してから新しい数値を入力します。

メモ	・日付と時間を変更することはできません。

❸ **［保存］を選択する**

表示中の履歴1件を削除する場合は、［削除］を選択します。

確認メッセージが表示されます。

❺ **［はい］を選択する**

測定値が登録され、血圧履歴画面に戻ります。

5 体重記録

体重測定値の新規登録は、お使いになられている体重計・体組成計により操作が異なります

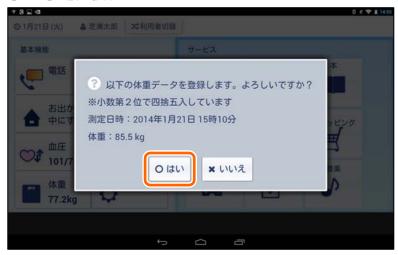
体重記録（推奨品の場合）

本サービス指定の Bluetooth 搭載体組成計（A&D 社製　型式 UC-411PBT-C）場合は以下の手順で行ってください。

1 体組成計の取扱説明書にしたがい、体重を測定する

レグザタブレットに測定データが送信され、確認画面が表示されます。

メモ	・体重測定時、体組成計とレグザタブレットが離れていると、データの送信ができない場合があります。

2 ［はい］を選択する

データが登録され、元の画面に戻ります。

	・レグザタブレットにデータが送信されない場合、体組成計とレグザタブレットとのペアリング設定が切れている可能性があります。ペアリング設定については、「６．付録」をご覧ください。

体重記録（推奨品以外の場合）

本サービスで指定のBluetooth搭載体組成計（A&D社製　型式UC-411PBT-C）以外の場合は以下の手順で体重を登録してください。
また、登録を忘れてあとから入力したい場合もこの手順で行います。

① メニュー画面から［体重］を選択する

体重のグラフ画面が表示されます。

② ［体重入力］を選択する

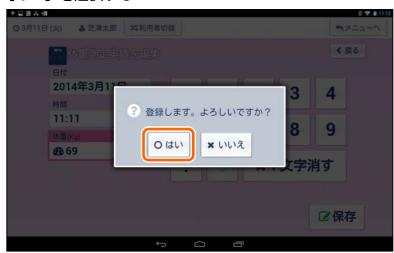
体重入力画面が表示されます。

③ 測定値を入力する

入力する項目を選択し、数値を入力します。

❹ ［保存］を選択する

確認メッセージが表示されます。

❺ ［はい］を選択する

測定値が登録され、体重のグラフ画面に戻ります。

	・体重記録の新規登録は、体重履歴画面の［新規登録］を選択して行うこともできます。

体重記録データの閲覧・編集

記録データはグラフと履歴の一覧で閲覧することができます。また、履歴の一覧から過去の記録を編集することもできます。

閲覧

最新登録を含む１週間分の記録データをグラフ表示することができます。
最新登録を含む１か月分の表示に切り替えることもできます。
また、履歴画面で詳しい数値を確認することもできます。

❶ メニュー画面から［体重］を選択する

体重のグラフ画面が表示されます。

❷ グラフの内容を確認する

グラフに表示されるのは、その日最後に測定した値です。
一日に複数回測定した場合の数値は、履歴画面で確認します。

❸ ［一覧表示］を選択する

体重履歴画面が表示されます。

編集

登録済みの記録を編集することができます。
編集は、体重履歴画面から行います。

❶ 編集したい測定値の［編集］を選択する

体重編集画面が表示されます。

② 数値を編集する

編集する項目を選択し、［１文字消す］を選択して古い数値を削除してから新しい数値を入力します。

メモ	・日付と時間を変更することはできません。

③ ［保存］を選択する

表示中の履歴１件を削除する場合は、［削除］を選択します。

確認メッセージが表示されます。

⑤ ［はい］を選択する

測定値が登録され、体重履歴画面に戻ります。

6 歩数記録

歩数計で測定した歩数データを記録できます。

歩数記録

❶ メニュー画面から［歩数］を選択する

歩数のグラフ画面が表示されます。

❷ ［歩数入力］を選択する

歩数入力画面が表示されます。

❸ **測定値を入力する**

入力する項目を選択し、数値を入力します。

❹ **［保存］を選択する**

確認メッセージが表示されます。

❺ **［はい］を選択する**

入力した値が登録され、歩数のグラフ画面に戻ります。

メモ	・歩数記録の新規登録は、歩数履歴画面の［新規登録］を選択して行うこともできます。

歩数記録データの閲覧・編集

記録データはグラフと履歴の一覧で閲覧することができます。また、履歴の一覧から過去の記録を編集することもできます。

閲覧

最新登録を含む１週間分の記録データをグラフ表示することができます。
最新登録を含む１か月分の表示に切り替えることもできます。
また、履歴画面で詳しい数値を確認することもできます。

1 メニュー画面から［歩数］を選択する

歩数のグラフ画面が表示されます。

2 グラフの内容を確認する

グラフに表示されるのは、その日最後に登録した値です。
一日に複数回登録した場合の数値は、履歴画面で確認します。

③ ［歩数履歴］を選択する

歩数履歴画面が表示されます。

編集

登録済みの記録を編集することができます。
編集は、歩数履歴画面から行います。

① 編集したい測定値の［編集］を選択する

歩数編集画面が表示されます。

② 数値を編集する

編集する項目を選択し、［１文字消す］を選択して古い数値を削除してから新しい数値を入力します。

メモ	・日付と時間を変更することはできません。

③ ［保存］を選択する

表示中の履歴１件を削除する場合は、［削除］を選択します。

確認メッセージが表示されます。

⑤ ［はい］を選択する

入力した値が登録され、歩数履歴画面に戻ります。

7 薬の時間

「薬の時間」機能は、お薬を服用されている方が、決まった時間に服用したかを確認できます。
本機能を利用するには、事前にお知らせする時間を設定しておく必要があります。設定方法については、「会員用サイトご利用マニュアル」の「３．設定機能」をご覧ください。

服用登録

服用記録の新規登録は、通常はお知らせ機能でポップアップ表示される画面から行います。
ただし、設定している時間の前後 20 分は、メニュー画面の［薬の時間］を選択して表示される画面から登録することができます。

1. メニュー画面から［薬の時間］を選択する

薬の確認入力画面が表示されます。

2. ［飲みましたボタン］を選択する

服用の記録が登録され、メニュー画面に戻ります。

服用記録データの閲覧・編集

記録データは履歴の一覧で閲覧することができます。また、履歴の一覧から過去の記録を編集することもできます。

閲覧

❶ メニュー画面から［薬の時間］を選択する

薬の確認入力画面が表示されます。

❷ ［服用履歴］を選択する

薬の確認履歴画面が表示されます。

編集

登録済みの記録を編集することができます。
編集は、薬の確認履歴画面から行います。

① 編集したい日付の［編集］を選択する

服用入力画面が表示されます。

② ［服用］または［未服用］を選択する

③ ［保存］を選択する

服用入力画面に戻ります。

8 設定

会員のレグザタブレットにお知らせ画面を表示させる時間や、異常を検知したときに見守り会員にアラートメールを配信するタイミングなどは、会員用サイトから行います。
また、アドレス帳へのメールアドレスの登録や、メール宛先・ＴＶ電話宛先の登録も、同じサイトから行います。

❶ メニュー画面から［設定］を選択する

会員用サイトへのログイン画面が表示されます。

❷ お客様 ID とパスワードを入力し、［ログイン］を選択する

会員用サイトのトップ画面が表示されます。

※会員用サイトの使い方は、「会員用サイトご利用マニュアル」をご覧ください。

4. サービスメニュー

「大人の自由時間」では、日々の暮らしを楽しんでいただけるような
サービスメニューを用意しています。
※サービスメニューは順次追加されます。ここで紹介している画面
　と異なる場合があります。

1 サービスメニューについて

サービスメニューでは、映画やショッピングなどのサービスを順次提供していきます。
提供サービスにより、画面のイメージは変更されます。

メモ	・サービスの提供に関するお知らせは、弊社ホームページにてご確認ください http://www.toshiba-sol.co.jp/industry/otona/index_j.htm

概要

提供されているサービスについては、ボタンを選択すると各サービスのメイン画面が表示されます。
サービスの種類により、会員登録が必要な場合がありますので、会員様ご自身で登録の上、ご利用ください。
各サービスの会員登録を行うときに、メールアドレスの入力が必要な場合があります。メールアドレスの確認は次の手順で行ってください。

① メニュー画面から［メール］を選択する

メール機能選択画面が表示されます。
「あなたのメールアドレス」に表示されるアドレスを確認してください。

2 ニュース

「ニュース」は、本サービスのご利用開始時からご覧いただけます。
登録している Twitter 情報を取り込み、自動音声で読み上げられます。

❶ **メニュー画面から［ニュース］を選択する**

ニュース画面が表示されます。
ニュースの内容が自動音声で読み上げられます。

5. 見守り側のみの機能

会員（見守られる側）の状況を見守り会員が確認する機能などを説明します。

1 見守り対象者の切り替え

複数の見守り対象者（会員）がいる場合、メニュー画面の［対象者切替］を選択すると、見守り対象者を切り替えることができます。

❶ メニュー画面から見守り対象者切替ボタン［ ］を選択する

見守られ者選択画面が表示されます。

❷ 見守り対象者を選択する

メニュー画面が表示されます。

2 安否確認と異常検知

会員用サイトで異常検知（安否確認を含む）を登録しているとき、その条件に基づいて「異常」と判断されると見守り会員にアラートメールが送付されます。

異常検知の条件

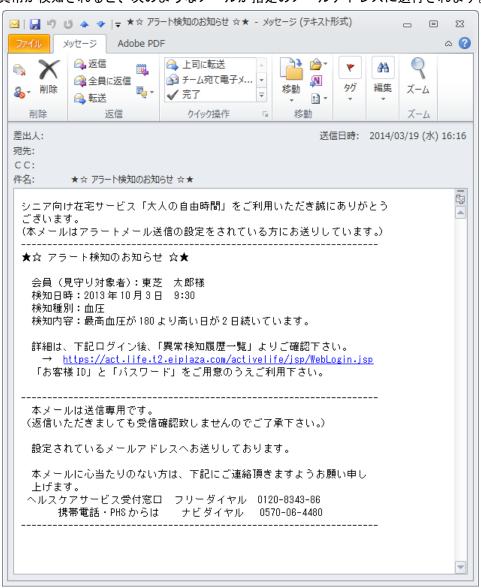
異常検知の条件には以下の種類があります。

種別	設定内容
端末	○○日続けて使用していない
安否確認	※
服用	薬を飲まない日が○○日続いた
	指定の時間に薬を○○回続けて飲まなかった
体重	○○kg より重い場合が○○日続いた
	○○kg より重い場合が○○回続いた
	○○kg より軽い場合が○○日続いた
	○○kg より軽い場合が○○回続いた
	○○日続けて測定していない
血圧	最高血圧が○○より高い場合が○○日続いた
	最高血圧が○○より高い場合が○○回続いた
	最高血圧が○○より低い場合が○○日続いた
	最高血圧が○○より低い場合が○○回続いた
	最低血圧が○○より高い場合が○○日続いた
	最低血圧が○○より高い場合が○○回続いた
	最低血圧が○○より低い場合が○○日続いた
	最低血圧が○○より低い場合が○○回続いた
	最高血圧が○○より高い場合かつ最低血圧が○○より高い場合が○○日続いた
	最高血圧が○○より高い場合かつ最低血圧が○○より高い場合が○○回続いた
	最高血圧が○○より高い場合かつ最低血圧が○○より低い場合が○○日続いた
	最高血圧が○○より高い場合かつ最低血圧が○○より低い場合が○○回続いた
	最高血圧が○○より低い場合かつ最低血圧が○○より高い場合が○○日続いた
	最高血圧が○○より低い場合かつ最低血圧が○○より高い場合が○○回続いた
	最高血圧が○○より低い場合かつ最低血圧が○○より低い場合が○○日続いた
	最高血圧が○○より低い場合かつ最低血圧が○○より低い場合が○○回続いた
	脈拍が○○より多い場合が○○日続いた
	脈拍が○○より多い場合が○○回続いた
	脈拍が○○より少ない場合が○○日続いた
	脈拍が○○より少ない場合が○○回続いた
	○○日続けて測定していない

※安否確認はその内容に関係なく、応答のタイミングでアラートメールが送信されます。

種別	設定内容
歩数	○○歩より多い場合が○○日続いた
	○○歩より多い場合が○○回続いた
	○○歩より少ない場合が○○日続いた
	○○歩より少ない場合が○○回続いた
	○○日続けて測定していない

アラートメール

異常が検知されると、次のようなメールが指定のメールアドレスに送付されます。

6. 付録

操作がうまくいかないときの解決方法などを説明します。

1 困ったときは

データ登録時のエラーや、通信のエラーなどの解消方法について説明します。

測定結果がレグザタブレットにデータ送信されない

本サービスで指定の血圧計や体組成計で測定した結果がレグザタブレットに正しくデータ送信されない場合、使用機器とレグザタブレットとのペアリング設定が切れている場合があります。

血圧計のペアリング再設定

本サービス指定の血圧計（A&D 社製　UA-851PBT-C）とレグザタブレットのペアリング状態をいったん解除し、設定しなおします。
ここでは、ペアリングの解除と再設定を分けて説明します。

■ペアリングの解除

① レグザタブレットのホーム画面から［ ］を選択する

アプリ選択画面が表示されます。

・手順 ② の設定アイコン がホーム画面に表示されている場合は、アプリ選択画面を表示させずにそのまま設定画面を表示させることもできます。

❷ 設定［ ］を選択する

設定画面が表示されます。

❸ 画面左側一覧から「Bluetooth」を選択し、［ON］を選択する

❹ 画面右側一覧の「ペアリングされたデバイス」から「A&D UA-851PBT-C******」の解除ボタン［ ］を選択する

❺ 次画面で［ペアを解除］を選択する

❻ 血圧計から電池をいったん取り出す

■ペアリングの再設定

❶ 血圧計に電池を再度取り付ける

取り付け時は＋－の向きに注意する

❷ 血圧計に「Ｐｒ」と表示されることを確認する

表示されるまで時間がかかる場合があります。

❸ 画面右側一覧の「使用可能なデバイス」に「A&D UA-851PBT-C******」と表示されることを確認の上、選択する

メモ	・「使用可能なデバイスの一覧」に該当の機種が表示されない場合は、画面右上の［デバイスの検索］を選択してください。

4 画面右側一覧の「ペアリングされたデバイス」に「A&D UA-851PBT-C******」と表示されることを確認する

5 画面下の［ ］を選択する

レグザタブレットのホーム画面に戻ります。

体組成計のペアリング再設定

本サービス指定の体組成計（A&D 社製 UC-411PBT-C）とレグザタブレットのペアリング状態をいったん解除し、設定しなおします。
ここでは、ペアリングの解除と再設定を分けて説明します。

■ペアリングの解除

1 レグザタブレットのホーム画面から［ ］を選択する

アプリ選択画面が表示されます。

メモ	・手順 2 の設定アイコン がホーム画面に表示されている場合は、アプリ選択画面を表示させずにそのまま設定画面を表示させることもできます。

❷ ［設定 ］を選択する

設定画面が表示されます。

❸ 画面左側一覧から「Bluetooth」を選択し、［ON］を選択する

❹ 画面右側一覧の「ペアリングされたデバイス」から「A&D UC-411PBT-C******」の解除ボタン［ ］を選択する

5 次画面で［ペアを解除］を選択する

6 体組成計の［■］を長押し（約 3 秒）する

モニターに「Ｐｒ」と表示されます。

7 体組成計の［▲］を押す

モニターに「ｕＰｒ」と表示されます。

❽ **体組成計の［■］を押す**

モニターに「ｕＰｒ－１－」と表示されます。

❾ **体組成計の［▲］［▼］を押す**

ペアリングを解除する個人番号をモニターに表示させます。

個人番号 1 の場合、「ｕＰｒ－１－」を表示させます。
個人番号 2 の場合、「ｕＰｒ－２－」を表示させます。

❿ **体組成計の［■］を押し、ペアリング解除を実行する**

ペアリングが解除され、モニターに「ｕＰｒＥｎｄ」と表示されます。

⓫ **体組成計のモニター表示が消えるまでしばらく待つ**

■ペアリングの再設定

1 体組成計の［■］を長押し（約 3 秒）する

モニターに「Ｐｒ」と表示されます。

2 体組成計の［■］をもう一度押す

モニターに「Ｐｒ－１－」と表示されます。

3 ペアリングを行う個人番号を選択する

［▲］を押して 1～5 から選択し、［■］を押して確定します。

Bluetooth マークが点滅し、ペアリングを開始します。

メモ	・エラー「E-10」または「E-11」が表示された場合は、「■ペアリングの再設定」からやりなおしてください。

4 画面右側一覧の「使用可能なデバイス」に「A&D UC-411PBT-C******」と表示されることを確認の上、選択する

5 画面右側一覧の「ペアリングされたデバイス」に「A&D UC-411PBT-C******」と表示されることを確認する

6 画面下の［ ］を選択する

レグザタブレットのホーム画面に戻ります。

レグザタブレットの電源が入らない

電源が入らない場合、電池残量が少ないことが考えられます。

1 付属の USB-AC アダプターを電源コンセントに挿し、USB ケーブルでレグザタブレットと接続する

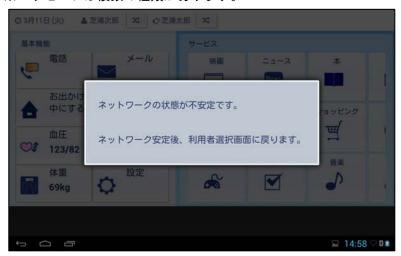
2 電源ボタンを長押し（約 3 秒）する

3 電池アイコンを確認する
充電中の表示になった場合は、そのまま充電を続けてください。
充電中もサービスはご利用になれます。

電池不足の表示になった場合は、USB-AC アダプター、USB ケーブルが正しく接続されていることを確認してください。

メモ	・以上の操作を行っても電源が入らず画面が表示されない場合は、故障の可能性があります。 巻末に記載の「ヘルスケアサービス受付窓口」にご相談ください。

サービスにつながらない

次のようなメッセージが表示されている場合、ネットワークに障害が発生している可能性があります。
※メッセージは複数の種類があります。

このようなときは、次の手順でネットワーク接続を確認してください。

1 無線 LAN ルーターの電源が入っていることを確認する
電源が入っていない場合は、電源を入れます。
無線 LAN ルーターに電源を入れてもつながらない場合は、次の手順に進みます。

2 プロバイダーに連絡する
プロバイダー側で障害が発生している可能性があります。プロバイダーに連絡してください。

月末が近づくとアプリケーションの動きが遅くなる

定額制のインターネット接続回線をご利用の場合、プロバイダーが通信データ量の制限を設けている場合があります。
そのような場合、月末になると制限がかかって転送スピードがおちることがあります。
必要に応じて、回線契約内容の見直し等を検討してください。

ＴＶ電話で通話中に、表示されている相手の映像が遅延する

お客様または相手先のネットワーク利用状況により、ネットワークに過剰な負荷がかかり、通信速度がおちることがあります。
スマートフォン、パソコン、テレビ、レコーダ、家庭用ゲーム機など、無線 LAN に接続している機器の稼働状況をご確認ください。

2 ＴＶ電話の一部機能について

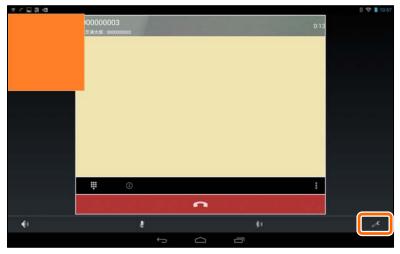
ＴＶ電話画面に表示される７種類のアイコン（下図参照）の一部機能は、本サービスでは使用できません。ここでは使用できないアイコンを選択した場合の対処方法を中心に説明します。

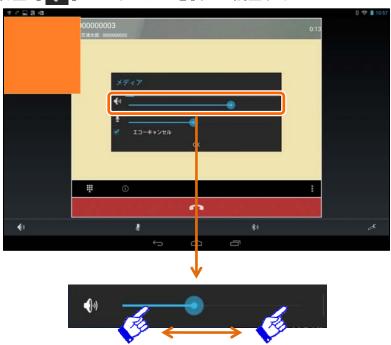
アイコン		説明
	テンキー	本サービスでは使用しません。［完了］を選択してテンキー画面を閉じてください。
	インフォメーション	技術情報が表示されます。［OK］を選択して情報画面を閉じてください。
	メニュー	本サービスでは使用しません。アイコン以外の部分（左右の黒い部分など）を選択して、メニューを閉じてください。
	スピーカー	アイコン下に青線が表示され、イヤホン使用中でも強制的にスピーカーから音が出るようになります。
	マイク	アイコン下に青線が表示され、マイクがオフになります。通話相手にはこちらの音声が聞こえない状態になります。
	Bluetooth	本サービスで使用しません。
	音量	音量を調整できます。

音量の調整については、次ページをご覧ください。

ＴＶ電話で通話している際に、音量が小さい

レグザタブレットの音量ボタンで調整していても音量が小さく感じられる場合は、アプリケーションから音量を調節することができます。

1 画面右下のアイコン［ ］を選択する

「メディア」メニューが表示されます。

2 音量［ ］のスライダーを使って調整する

ヘルスケアサービス受付窓口

営業時間：９：００～１７：００（月曜～金曜）
（土日祝日及び年末年始等当社休業日を除く）

◎一般回線からのご利用は

フリーダイヤル
0120-8343-86 （やさしさハロー）

◎携帯電話・PHS・一部の IP 電話などからのご利用は

ナビダイヤル（通話料：有料）
0570-06-4480

◎Ｗｅｂからのお問い合わせは、
http://www.toshiba-sol.co.jp/industry/otona/index_j.htm

東芝ソリューション株式会社
ヘルスケア IT 事業統括部
〒105-6691 東京都港区芝浦 1-1-1（東芝ビルディング）

2014 年 4 月 管理番号 JWM13－0024-01